

令和4年



食事メニュー表



	1月24日(月)	1月25日(火)	1月26日(水)	1月27日(木)	1月28日(金)	1月29日(土)	1月30日(日)
朝	A 米飯 ミナストロネ(ハム) 切干煮 軟 みそ汁(白菜・柿) 果物缶(黄桃)	そばろパン キャベツ味噌味噌汁 果物(マンゴ-) 牛乳200	米飯 和え物(ﾌﾞﾛｯｺﾘ)朝 だし巻き1/6 みそ汁(ｷﾘｯﾌﾟ)和え 果物缶(みかん)	そばろパン オムレツｸﾞﾗﾝ 添・和風ﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞﾊﾞｯｸ ｺﾝﾎﾟｰﾀｰｼﾞｭｰﾌﾞ 果物缶(ﾘﾝｺ)	米飯 ｺﾝｼﾞｰﾌﾞ 煮(ハム)2 鯛の梅煮(2尾) 清汁(ワｶﾒ・ｷﾘｯﾌﾟ) 果物缶(みかん)	ミニ黒糖ワイス 大根ｸﾞﾗﾝ 添・青じそﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ 果物缶(黄桃) 牛乳200	米飯 白菜の土佐和え そうめん汁 果物缶(白桃)
昼	A 米飯 魚の塩焼 和え物(ｱｸﾞ・ﾚﾝ草) ﾖｰｸﾞﾙﾄ和え(ﾐｶﾝ) 小うどん(ﾀﾞﾝﾏｷ)	米飯 鶏ごまてり煮60 ｸﾞﾗﾝ(卵)1/2 添・青じそﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ ﾊﾑﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞ② 中華ｽｰﾌﾟ(豆腐)	米飯 炊き込みご飯ホタテ 魚ﾊﾞｼﾞﾙ焼60 挽肉の野菜炒め1/2 ぬた和え三度(ﾏﾐ) みそ汁(揚げ里芋) 刻みしば漬 ﾐおはぎ(つぶあん)	米飯 中華丼 野菜生姜酢和え 果物缶(白桃黄桃) 中華ｽｰﾌﾟ(青梗菜)	米飯 鯖竜田揚げ(青梗菜) 吹きよせ煮(里芋) ﾌﾞﾛｯｺﾘのｺﾞﾏ和え 赤だし(切麩・三葉)	米飯 ｷﾝｸﾞﾌﾞﾗｲ60 添・ｸﾞｽﾀｰｰｽﾞﾊﾞｯｸ ﾌﾞﾙｯｸ(ｸﾞﾗﾝ)1/2 高野と茸の卵とじ ｸﾘｰﾑﾀｰｼﾞｭ	米飯 魚ﾊﾞｼﾞﾙ90(三度) 添・ｸﾞｽﾀｰｰｽﾞﾊﾞｯｸ 野菜炒め③1/2 さつま芋ｸﾞﾗﾝ 味噌汁(大根ｱｸﾞ)
夕	A 米飯 和風煮込ﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ80 炊き合せ(ﾄﾛｰﾆ)1/2 ｶﾌﾞﾏｰｰ和え ピーマン漬	米飯 ﾌﾗｲ(ｲﾃ・魚) 添・ｸﾞｽﾀｰｰｽﾞﾊﾞｯｸ きのこ豆腐②1/6 納豆わさび和え 昆布佃煮	米飯 すき焼き40 ﾏｯﾄﾞｱﾝｸﾞﾗﾝ③1/2 青菜とﾊﾑの炒め物 ピーマン漬	米飯 揚げあいんかけ60 かぼちゃサラダ1/2 卵の花 昆布佃煮	米飯 豚肉甘辛ソースかけ ｷﾞﾗﾝ(白菜)1/2 添・ﾏﾓｰｰﾊﾞｯｸ(10) 煮豆(金時豆) 刻みしば漬	米飯 煮魚(三度豆) 炒り豆腐(蒲鉾)1/2 白菜の胡麻和え② みじん鰹たくあん	米飯 煮込みﾊﾝﾊﾞｰｸﾞ 豆腐ｸﾞﾗﾝ② 1/2 添・みそﾄﾞﾚｯｼﾝｸﾞP 切干大根煮(ｶﾓｺ) ピーマン漬

介護付有料老人ホーム
あいらの杜 宇治五ヶ庄

